



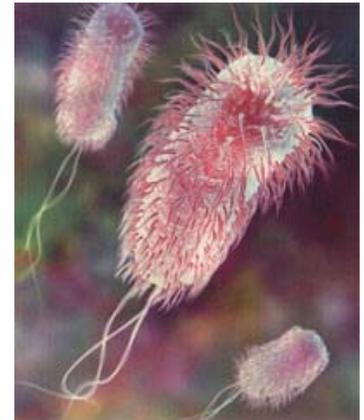
**Steve Troxler**  
Commissioner

North Carolina Department of Agriculture  
and Consumer Services  
*Food and Drug Protection Division*

**Joseph W. Reardon**  
Director

## **ESCHERICIA COLI**

La División de Protección de Alimentos y Medicinas del Departamento de Agricultura y Servicio al Consumidor de Carolina del Norte, en su afán de contribuir con el desarrollo de una mejor calidad de vida de la comunidad Hispana alerta en esta ocasión sobre los riesgos de contraer la bacteria llamada Eschericia Coli.



### **¿QUE ES ESCHERICIA COLI?**

Eschericia coli es una bacteria que se encuentra de manera natural en nuestros intestinos, ya que es parte de nuestra flora intestinal. Existen sin embargo 5 grupos de E. coli cuyas toxinas afectan a los seres humanos y causan diarrea con diversos grados de severidad.

La E.coli O157:h es el grupo que con mayor frecuencia nos causa intoxicación por alimentos. Se trata de una mutación que fue descubierta en 1982 y que contiene a su vez 62 subgrupos de E.coli.

El periodo de incubación de esta bacteria oscila entre 1 y 8 días, pero comúnmente se desarrolla de 3 a 4 días.

Y solamente se necesita acumular una cantidad pequeña de esta bacteria en el organismo para desarrollar una fuerte infección.

La E.coli sobrevive en el cuerpo de una persona adulta por un periodo de una semana, pero se instala por 3 semanas en el cuerpo de los niños, por esta razón los niños son portadores de la bacteria durante un periodo de tiempo mayor.

### **¿CUALES SON LOS RIESGOS DE LA BACTERIA E.COLI?**

La bacteria E.coli causa diarrea sangrante y, cuando el cuadro se complica se originan severos problemas a la sangre y los riñones. El Síndrome Urémico Hemolítico es el riesgo mayor que corremos con esta bacteria, ya que este síndrome provoca anemia y una falla severa a los riñones que puede traer como consecuencia la muerte.

## ¿COMO SE CONTRAE LA INFECCION POR E-COLI?

La E-coli se contrae por contacto con las heces fecales de personas o animales. La bacteria por lo general se multiplica a través de comida o agua contaminada o, por el contacto de persona a persona.

### **Comida contaminada.-**

La carne de animales se puede contaminar durante su procesamiento por ello, cuando la carne no se cocina a una temperatura de 160 F (71C) distintos tipos de bacterias peligrosas -entre las que se encuentran la bacteria E.coli –sobreviven y la persona se infecta.

En los Estados Unidos La forma más común de infectarse con la bacteria E.coli es por comer carne que no fue cocida a suficiente temperatura.

Las carnes de pavo procesadas o molidas, el jamón, la carne asada, el salame deshidratado pueden convertirse también en fuentes de bacteria E.coli. De hecho, cualquier tipo de comida que ha estado en contacto con carne cruda se puede contaminar también.

La E.coli se puede contagiar a través de las manos, instrumentos de cocina, tablas de picar y superficies de cocina que no hayan sido limpiadas y desinfectadas adecuadamente, luego de haber sido usadas para preparar carne.

La comida que ha sido contaminada con E-coli u otros tipos de bacteria lamentablemente no es reconocible, ya que se ve y huele bien.

### **Agua contaminada.-**

Las heces fecales humanas o de animales pueden infectar el agua y las personas se pueden contaminar si la fuente de agua no ha sido convenientemente tratada con cloro o, al ingerir agua en piscinas, lagos o canales de irrigación.

### **Contacto de persona a persona.-**

La bacteria E- coli (y todas las demás bacterias), se puede fácilmente contagiar cuando una persona que no se ha lavado las manos toca alimentos o toca a otra persona.

## **Estadísticas de contaminación por alimentos**

Las bacterias que por lo general infectan los alimentos son: E.coli, salmonela, listeria, Shigella y, Campylobacter.

- Un promedio de 325,000 personas es hospitalizada cada año en los Estados Unidos, como consecuencia de la intoxicación por alimentos. Aproximadamente 5,000 de estos casos son fatales.
- Las frutas y los vegetales son responsables de un 12% de los casos de intoxicación por alimentos y 6% de los brotes de intoxicación por alimentos. Los tomates, melones, lechugas, germinados y cebolla verdes son los

principales culpables de este problema, incluso si se les pela, ya que a través de cualquier falla en la cáscara la bacteria se infiltra y contamina el interior.

- En los Estados Unidos, las enfermedades ocasionadas por alimentos contaminados representan un gasto de \$35 millones en medicamentos y pérdidas de productividad.

### **Contáctenos**

La División de Alimentos y Medicinas no supervisa restaurantes pero supervisa tiendas. Si usted al comprar cualquier producto en las tiendas se infecta con E.coli o cualquier otro tipo de bacteria, por favor comuníquese con la División de Protección de Alimentos y Medicinas del Departamento de Agricultura de Carolina del Norte al: 919-733-7366.